

D-Pantothensäure

Code: 1407 (100 Kapseln)



PANTOTHENSÄURE, auch Vitamin B5 genannt, wird im Organismus zu Coenzym A umgewandelt, welches am Fett-, Kohlenhydrat- und Eiweißstoffwechsel, sowie bei der Hormonsynthese und der Synthese von Stoffen zur Hämoglobinproduktion und bei der Galle beteiligt ist.^{1,2,3} Sie wird auch für die Produktion des Neurotransmitters Acetylcholin benötigt, das bei der **Übertragung von Nervenimpulsen** eine Rolle spielt. Außerdem aktiviert sie die **Adrenalindrüse** und unterstützt ihre Funktion.³

Pantothensäure trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel, zu einer normalen Synthese und zu einem normalen Stoffwechsel von Steroidhormonen, Vitamin D und einigen Neurotransmittern bei. Pantothensäure trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung und zu einer normalen geistigen Leistung bei.

ZUTATEN:

Calcium-D-pantothenat, Füllstoff: Mikrokristalline Cellulose, Trennmittel: Magnesiumsalze von pflanzlichen Speisefettsäuren und Siliciumdioxid, pflanzliche Kapsel (Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose; reines Wasser)

NÄHRWERTE:

1 Kapsel (645 mg)

Pantothensäure (Vitamin B5)
(aus 500 mg Calcium-D-pantothenat) 458 mg (7.633 %*)

*NRV: Nährstoffbezugswert in %

Unterstützend für den Fett-, Kohlenhydrat- und Eiweißstoffwechsel

Hilfreich für die Bildung von Neugewebe

IST ERHÄLTlich ZU:

100 Kapseln mit je 500 mg

VERZEHREMPFEHLUNG:

1 x täglich 1 Kapsel zu einer Mahlzeit

HINWEIS:

Während der Schwangerschaft und Stillzeit sowie bei der Einnahme von Medikamenten, oder in besonderen medizinischen Situationen sollten Sie vor der Einnahme dieses Produkts Ihren Therapeuten fragen

PFLANZLICHE KAPSEL:

Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose; reines Wasser

Vitamin B5 oder Pantothensäure ist ein wasserlösliches Vitamin des B-Komplexes, das heißt, dass wir eine kontinuierliche Zufuhr dieser durch die Nahrung benötigen, da sie durch den Urin ausgeschieden werden. Es kommt mehr oder weniger überall vor, von Pflanzen und Tieren bis zum Menschen. Natürliche Quellen für Vitamin B5 sind Eier, Fleisch, Getreide und Nüsse. Vitamin B5 wird von unserem Körper verwendet, um Energie aus der Nahrung, die wir essen, freizusetzen und spielt darüber hinaus eine Rolle bei der Bildung von Geweben, bei der Bildung von Antikörpern und beim Heilungsprozess.⁴

Aufgrund ihrer positiven Wirkung auf die Übertragung von Nervenimpulsen und auf die Adrenalindrüse kann die Pantothensäure sehr hilfreich sein, um **Stress- und Ermüdungserscheinungen** entgegenzuwirken.³

Stress bewirkt normalerweise eine Absenkung des Pantothensäurespiegels. Eine Unterversorgung von Pantothensäure führt zu Adrenalinmangelerscheinungen wie Müdigkeit, Kopfschmerzen, Schlafstörungen, Übelkeit und Unterleibsbeschwerden und kann die Ursache für eine Depression sein.⁵ Eine Unterversorgung von Pantothensäure tritt häufig bei **Alkoholmissbrauch** und bei **Rauchern** auf.^{1,5}

Durch die Gabe von Pantothensäure werden bei **Aknepatienten** gute Ergebnisse erzielt, da Talgabsonderungen und Hautunreinheiten reduziert werden. In Studien wurde, je nach Indikation, über einen Zeitraum von 6 Wochen bzw. 2 Monaten täglich eine Dosierung von 5g und 10 g verabreicht.^{3,5,6}

Pantothensäure wirkt sich nachweisbar positiv auf die **Wundheilung der Haut** aus. Sie wird gerne vor und nach chirurgischen Eingriffen verabreicht, da damit die Zellteilungsrate in der postoperativen Phase erhöht wird. Die Wirkung der Pantothensäure wird in diesen Fällen durch eine zusätzliche Verabreichung von täglich 1–3 g Vitamin C noch gesteigert.^{3,5,6}

D-Pantothensäure

Code: 1407 (100 Kapseln)



B-Vitamine fördern die effektive Ausnutzung der in Kohlenhydraten enthaltenen Energie. Daher benötigen gerade **Sportler** größere Mengen der Vitamine B2, B6 und Pantothensäure.

In verschiedenen Studien wurde festgestellt, dass dieser Nährstoff auch für das Immunsystem von Bedeutung ist. Bei Personen, die unter **rheumatischer Arthritis** und **Osteoarthritis** leiden, hat man beobachtet, dass ihr Pantothensäurespiegel sehr niedrig ist. Nach Verabreichung von täglich 1.000 - 2.000 mg Pantothensäure verminderten sich die Schmerz- und Versteifungssymptome.⁷

Literatur:

- 1 Tahiliani, A. G., & Beinlich, C. J. (1991). Pantothenic acid in health and disease. *Vitam Horm*, 46, 165-228.
- 2 Plesofsky-Vig, N., & Brambl, R. (1988). Pantothenic acid and coenzyme A in cellular modification of proteins. *Annual review of nutrition*, 8(1), 461-482.
- 3 Brown, G. M., & Williamson, J. M. (1982). Biosynthesis of riboflavin, folic acid, thiamine, and pantothenic acid. *Adv. Enzymol. Relat. Areas Mol. Biol*, 53, 345-381.
- 4 Van den Berg, H. (1997). Bioavailability of pantothenic acid. *European journal of clinical nutrition. Supplement*, 51(1), 62-63.
- 5 Coursin, D. B. (1975). Vitamin B6 and pantothenic acid. *Progress in food & nutrition science*, 1(3), 183-189.
- 6 Bonjour, J. P. (1980). Vitamins and alcoholism. V. Riboflavin, VI. Niacin, VII. Pantothenic acid, and VIII. Biotin. *International journal for vitamin and nutrition research*. 50(4), 425-440.
- 7 Werbach, M. (2003). Nutritional influences on illness: a diet for rheumatoid arthritis. *Journal of the Australasian College of Nutritional and Environmental Medicine*, 22(1), 23.

Die empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und gesunde Lebensweise verwendet werden

Kühl, trocken und dunkel lagern. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren

Das Produkt ist **ohne Zusatz von:** Zucker, Stärke, Hefe, Weizen, Milch, Soja, künstlichen Farb-, Geschmacks- und Konservierungsstoffen

NAHANI-Produkte sind nicht-rezeptpflichtige Nahrungsergänzungsmittel

Die hier aus der Fachliteratur zusammengestellten Informationen ersetzen nicht den medizinischen Rat eines Therapeuten